

ABSTRAK

Angka penyakit diabetes mellitus semakin meningkat. Hal ini dikarenakan pola hidup masyarakat yang tidak sehat mulai dari pola konsumsi yang serba instan, semakin canggihnya teknologi yang menyebabkan seseorang kurang bergerak atau melakukan aktivitas fisik, *life style*, dan lain-lain. Ketidakmampuan keluarga dalam mengenal masalah kesehatan dengan gaya hidup kurang gerak dapat menyebabkan diabetes mellitus. Tujuan dilakukan penelitian ini melaksanakan asuhan keperawatan keluarga dengan gaya hidup kurang gerak pada diabetes mellitus.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dalam bentuk studi kasus. Adapun tehnik pengumpulan data yang dipakai adalah anamnese, observasi, dan memberikan informasi dengan menggunakan media leaflet. Studi kasus pada ny. L dan ny. T dengan gaya hidup kurang gerak di RT 6 RW 4 Ds. Gelang Tulangan Sidoarjo.

Hasil studi kasus pada keluarga ny. L dan ny. T, didapatkan satu diagnosa utama yakni gaya hidup kurang gerak berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga mengenal masalah kesehatan. Setelah dilakukan 4 kali kunjungan didapatkan meningkatnya pengetahuan serta penerapan keterampilan klien beserta keluarga untuk melakukan senam kaki.

Kesimpulan dari studi kasus yang dilakukan selama 4 kali kunjungan terhadap keluarga ny. L dan ny. T dengan gaya hidup kurang gerak adalah masalah teratasi dan mampu mengenal masalah kesehatan. Saran dari studi kasus ini adalah melakukan senam kaki secara rutin untuk memperbaiki sirkulasi darah dan memperkuat otot-otot kaki dan mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Gaya Hidup